

Lu Jong + Wellness Tage

LU JONG, das tibetische Heilyoga, ist die einzigartige, authentische Bewegungslehre aus den Klöstern des Himalaya mit den Wurzeln in der Philosophie der tibetischen Medizin

Zeit für Dich - lass den Alltag los und sammle neue Energie - meditative, sanfte Bewegungen - bewusstes Atmen - Balance zu körperlicher, mentaler und energetischer Gesundheit – Konzentration, Vitalität, achtsame Wahrnehmung und Klarheit im Alltag werden gestärkt - ein ganzheitliches System



Freitag + Samstag 29./ 30. Nov. 2019

Angebot:

- Zimmerbezug ab 14 Uhr
- Übernachtung im schönen, hellen Einzel-, bzw. Doppelzimmer
- 3 Std. Lu Jong und Achtsamkeits-Meditation
- reichhaltiges Frühstücksbuffet mit vielen regionalen Produkten
- 3-Gang Abendessen, auch vegetarisch, incl. Mineralwasser beim Abendessen
- freie Benutzung des Well & SeeSpa mit Panoramahallenbad, Dampfbad Saunalandschaft, Aussenwhirlpool, incl. Tee und Früchte
- schöner Yogaraum, Kissen u. Matten vorhanden, mit Aussicht über den Bodensee
- Samstag Zimmerbenutzung bis 12h und Benutzung Well & Spa den ganzen Tag
- leihweise Bademantel und Badeslipper
- incl. MwSt. und Service

für jedermann/frau, für alle Alters-/Beweglichkeitsstufen, max. 12 Teilnehmer

Kosten pro Person:

Einzelzimmer mit Dusche/WC Fr. 230.00

Doppelzimmer mit Bad/Dusche/WC Fr. 220.00

zuzgl. gesetzliche Kurtaxe pro Person Fr. 3.00

Anmeldung und Infos:

Zita Hartmann, zertifizierte Lu Jong Lehrerin/Ausbildnerin,

079 453 01 57 info@lujong-yoga.ch, www.lujong-yoga.ch

Die Reservation ist definitiv nach Zahlungseingang

Infos dazu bei der Anmeldung

